



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 15  
2016

Maak een foto van je gerecht en deel deze via De mooiste foto krijgt een verrassing!

## Oosterse woknoedels met paksoi en honingpinda's

Pittig, smaakvol gerecht met zoete pinda's

Paksoi is een Aziatische groente die intussen ook in Europa erg geliefd is. Om het jou makkelijk te maken hebben we de paksoi alvast voorgesneden. Omdat dit gerecht dankzij de sesamololie, sambal en kardemom best pittig is, moet je goed op de hoeveelheden letten als er kinderen mee-eten.



25-30 min



gemakkelijk



vegetarisch



pittig



lactosevrij



Tomaat



Gele paprika



Gesneden paksoi



Sesamololie



Kardemom



Sojasaus



Noedels



Honingpinda's

Ingrediënten	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Tomaat	1	2	3	4	5	6
Gele paprika	½	1	1½	2	2½	3
Sesamololie (ml) <b>11</b> <b>15</b>	5	10	15	20	25	30
Paksoi (g) <b>15</b>	150	300	450	600	750	900
Kardemom (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Sojasaus (ml) <b>1</b> <b>6</b>	10	20	30	40	50	60
Noedels (g) <b>1</b> <b>15</b>	70	140	200	270	340	400
Honingpinda's (g) <b>5</b> <b>15</b>	20	40	60	80	100	120
Zonnebloemolie (el)*	½	1	1	1½	2	2
Witte wijnazijn (tl)*	1	2	3	4	5	6
Sambal (tl)*	½	1	1½	2	2½	3
Peper & zout*				Naar smaak		

\* Zelf toevoegen

#### Allergenen

**1)** Gluten **5)** Pinda's  
**6)** Soja **11)** Sesam  
**15)** Kan sporen bevatten van pinda's, soja, noten, selderij en sesam

#### Benodigdheden

Pan met deksel, wok of hapjespan

**Voedingswaarden** 599 kcal | 15 g eiwit | 55 g koolhydraten | 34 g vet, waarvan 17 g verzadigd | 5 g vezels



**1** Kook 500 ml water per persoon in een pan met deksel voor de noedels.

**2** Snijd de tomaat in parten. Snijd de paprika in repen.

**3** Verhit de zonnebloemolie en de helft van de sesamololie in een wok of hapjespan en bak de paksoi, paprika, kardemom, witte wijnazijn en de helft van de sojasaus 5 minuten op middelhoog vuur.



**4** Kook ondertussen de noedels in de pan met deksel, afgedekt, in ongeveer 3 minuten gaar. Giet daarna af, spoel af onder koud water en roer de sambal en overige sesamololie door de noedels.

**5** Voeg de tomaat toe aan de wok en roerbak 3 minuten. Voeg de noedels toe en roerbak nog 1 - 2 minuten. Breng op smaak met peper en zout.

**6** Verdeel het gerecht over de borden. Garneer met de honingpinda's en overige sojasaus.



**Tip!** Sesamololie is een sterk geurende olie die een gerecht met maar enkele druppels veel smaak geeft. Juist daarom gebruiken we er ook maar een beetje van.